



GUÍA GLOBAL DE PROTESTA

Un conjunto de herramientas para ayudarte a
planificar, coordinar y ejecutar protestas pacíficas
de manera efectiva.



Esta guía la han creado los trabajadores de CIVICUS con información de CIVICUS Protest Lab, un grupo de activistas de diferentes partes del mundo que se han juntado para documentar, compartir y ampliar el conocimiento sobre el derecho de reunión pacífica. Parte de vivencias y está dedicada a todas las personas que ponen en riesgo su seguridad para ejercer ese derecho fundamental.



AUTORES:

Juli López-Arenas
Takaedza Tafirei
Omhle Ntshingila
Inés M. Pousadela
Protest Lab Innovators

**CONTENIDO Y
ASISTENCIA A LA
COMUNICACIÓN:**

Innovadores de Protest
Lab
Lerato Pagiwa
Silvia Puerto Aboy

DISEÑO:

Keeke Art

**FECHA DE
PUBLICACIÓN:**

Junio del 2026

ÍNDICE

Introducción.....	8
-------------------	---

Antes de la protesta.....5

Equipo de coordinación.....	7
Lugar de la protesta.....	9
Herramientas organizativas.....	10
Red de compañeros.....	14
Seguridad digital.....	17
Comunicación con las autoridades.....	19

Durante la protesta.....20

Seguridad.....	23
Bienestar.....	26
Protocolos de documentación.....	27

Después de la protesta.....28

Pasos inmediatos (en las 24 horas posteriores).....	29
Siguientes pasos: rendición de cuentas y sostenibilidad.....	30

NOTA DE LOS INNOVADORES DE CIVICUS PROTEST LAB:

La libertad a la reunión pacífica es un derecho fundamental que permite a las personas reunirse, expresar preocupaciones colectivas y exigir la asunción de responsabilidades. Alrededor del mundo ese derecho se ha ido restringiendo y mermando cada vez más mediante tácticas de represión diseñadas para disuadir de la participación, como las detenciones, la intimidación, la vigilancia y la tortura. A pesar de ello, la capacidad de organización y reunión sigue siendo imprescindible para la vida democrática y la justicia social. Incluso en los contextos más restrictivos, las personas y las comunidades continúan encontrando maneras posibles y seguras de reunirse porque reconocen que la acción colectiva es un derecho y una necesidad. Nos juntamos no solo para que se oigan nuestras voces, sino también para honrar a los antecesores que sufrieron, para proteger el presente y para salvaguardar el futuro. En el corazón de cada acto asambleario hay esperanza. Esperanza en que el cambio sea posible, esperanza en que la solidaridad pueda con el miedo, esperanza en que la valentía colectiva haga de este mundo un lugar más justo y humano. Esperanza una y otra vez.

Esta guía pretende ser de ayuda a la hora de planear acciones de protesta coordinadas, eficaces y seguras. Proporciona orientaciones prácticas para las personas que quieran organizar reuniones pacíficas o participan en ellas, y tiene en cuenta diversos contextos políticos y legales. La guía está organizada en tres partes: “Antes de la protesta”, “Durante la protesta” y “Después de la protesta”. En todos los apartados hay consejos prácticos, estudios de casos y ejercicios extraídos de casos reales. Cada ejercicio incluye instrucciones para personas o grupos y se puede adaptar a contextos diferentes.





ANTES DE LA PROTESTA

Las protestas eficaces comienzan mucho antes del propio día de la protesta. La fase de preparación asienta las bases de una acción con impacto. También es la fase donde se toman las decisiones más relevantes. Saltarse o acelerar demasiado esa fase puede tener diversas consecuencias. De hecho, es uno de los principales motivos del fracaso de las acciones de protesta, de la exposición de los participantes a riesgos innecesarios y de la cooptación por parte de terceros.

La primera pregunta que hay que hacer es la más importante y también la más sencilla: ¿por qué os estáis manifestando? Los movimientos que no han acordado lo que defienden, lo que piden y el cambio que considerarían una victoria son blancos fáciles para la manipulación y la división. Con un objetivo común en mente, responded juntos a las siguientes preguntas:

¿Qué pasaría si los militares o las fuerzas de seguridad intentaran controlar o reprimir la protesta?

¿Y si me hirieran o detuvieran en una protesta?

¿Conozco mis derechos si me detienen? ¿He identificado a dónde acudir para recibir ayuda legal si hubiera detenciones?

¿Qué diría mi familia si organizo una protesta o participo en ella?

¿Mis ideas se consideran demasiado radicales en mi lugar de origen o comunidad?



EQUIPO DE COORDINACIÓN

Las protestas siempre requieren de coordinación, pero la concentración del liderazgo en una sola persona implica graves peligros: una detención, una ausencia, un momento de desgaste emocional puede paralizar toda la acción. Cuando las responsabilidades se distribuyen en el equipo, la acción se vuelve más resiliente. De hecho, si la ausencia de un miembro desactiva el grupo, esa persona puede convertirse en un blanco. Además, la distribución de las responsabilidades asegura que las decisiones se construyan a partir de diferentes perspectivas.



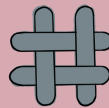
- **Delegado:** Revisa el plan general y su ejecución y se asegura de que la protesta cumple con los objetivos propuestos. También tiene que tratar con las autoridades locales cuando sea necesario.
- **Subdelegado:** Ayuda al delegado y coordina los equipos según sea necesario.
- **Gestor de multitudes:** Gestiona la logística sobre el terreno, incluyendo el movimiento de las multitudes, el orden y la seguridad de los participantes.
- **Encargado de comunicación:** Se ocupa de intercambiar mensajes, de la interacción con los medios de comunicación y de actualizar a los participantes antes, durante y después de la protesta.
- **Encargado de seguridad:** Se encarga de la seguridad y del bienestar de los participantes. Gestiona la asistencia de primeros auxilios, la desescalada de conflictos y la ayuda psicosocial.
- **Observador legal:** Supervisa la protesta para detectar posibles violaciones de los derechos, documenta detenciones o el uso de la fuerza y se comunica con abogados de guardia.
- **Encargado de la documentación:** Fotografía o graba la protesta de manera segura. Para ello, guarda las pruebas de posibles abusos y se asegura de hacer copias de seguridad del contenido que recopila a tiempo real y de forma segura.

En entornos restringidos o de mucho riesgo, puede resultar más seguro no difundir públicamente los roles del equipo o las personas que los tienen. Dicha medida ayuda a proteger a las personas del acoso, la intimidación o la detención. Sopesa la opción de usar nombres en clave o de nombrar a las personas por su rol en vez de utilizar los nombres personales.

HERRAMIENTAS DESTACADAS: HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN SEGURAS



Psiphon: Herramienta para usuarios de países con acceso a internet filtrado o restringido.



Briar: Herramienta de intercambio de mensajes de texto P2P que funciona sin conexión a internet.



ProtonVPN: VPN gratuita para tener privacidad y acceso a contenido bloqueado.



Tor Browser: Navegador que permite hacer búsquedas anónimas y da acceso a páginas web bloqueadas.

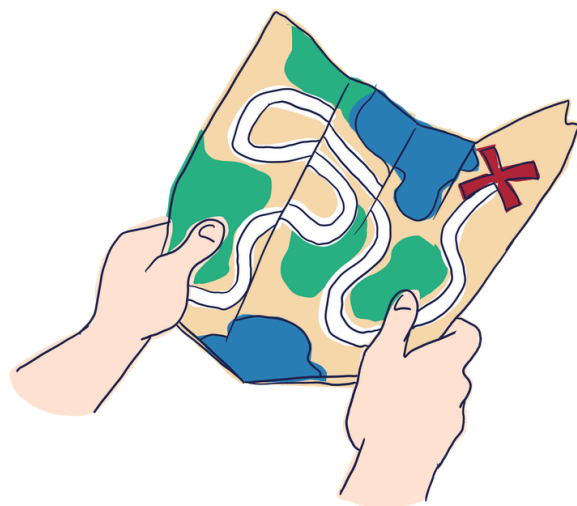


Signal: Intercambio de mensajes, llamadas y documentos de forma cifrada.

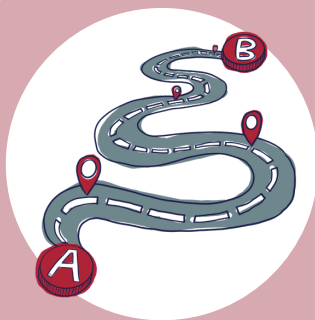


LUGAR DE LA PROTESTA

La elección de un lugar o una plataforma no es una mera decisión logística, influye en quién puede participar, en la visibilidad que tendrá y en el riesgo al que se expondrán los participantes. A la hora de elegir un lugar, valorad la visibilidad estratégica que dará a la acción frente la seguridad que tendrán los participantes: los lugares simbólicos, un parlamento, la sede central de una empresa, una plaza principal, amplifican el mensaje; pero en contextos restringidos puede resultar más seguro y, aun así, eficaz, optar por sitios menos destacados.



Concentración: Juntaos en lugares públicos y accesibles donde los participantes puedan entrar y salir cuando quieran. Tened en cuenta la disponibilidad de servicios básicos, baños, agua, sombra. Tened en cuenta la accesibilidad desde el inicio de la planificación: ¿las rutas son transitables para personas con discapacidades? ¿Hay puntos de acceso que los gestores de multitudes puedan supervisar? ¿Hay zonas cubiertas o de sombra si el clima es extremo? El diseño accesible no es un elemento que se pueda añadir al final, ya que determina quién puede participar en la acción.



Manifestación: Si la protesta se mueve de un lugar a otro, el equipo de coordinación debería planificar la ruta y recorrerla de antemano. Identificad las carreteras que vayáis a utilizar, mencionad las distancias para que los participantes se puedan preparar, identificad baños y puntos de parada seguros, avisad sobre posibles puntos de control que puedan producir riesgos de seguridad a la multitud. En contextos de mucho peligro, compartid la ruta completa solo con el equipo de coordinación central hasta el último momento posible e identificad al menos una ruta alternativa por si la principal está bloqueada.



Acción digital: Si se trata de una acción en línea, elegid plataformas accesibles para el destinatario potencial. Tened en cuenta que las plataformas que elijáis no estén prohibidas o restringidas en el país. Estableced una identidad clara para la protesta, un nombre, un hashtag y un programa, y coordinaos a través de varios canales. Ninguna plataforma llega a todo el mundo y es posible que suspendan o inhabiliten cuentas sin previo aviso. No uséis los mismos canales para la comunicación de cara al público y para la coordinación interna.

HERRAMIENTAS ORGANIZATIVAS

Antes de que una protesta tenga lugar, las personas tienen que saber que esta ocurrirá, por qué se ha convocado, a quién está dirigida y cómo pueden participar en ella o apoyarla. En entornos abiertos, las campañas dirigidas al público general, los actos y la interacción de los medios de comunicación se pueden utilizar de forma libre. En cambio, en entorno restringidos o de mucho peligro, las prioridades son diferentes. En esos casos, son indispensables los métodos que protegen la identidad de los organizadores y los participantes, métodos que evitan la trazabilidad y que no crean una visibilidad que lleve a la represión. Muchas acciones combinan las formas de actuar que se mencionarán a continuación, la elección depende del contexto y de a quién se quiera llegar:

Presenciales:



Asambleas

Reuniones presenciales para llegar a acuerdos, dar respuesta a preguntas o desarrollar una implicación colectiva de la acción. También pueden servir como sesiones de formación informales para compartir información sobre seguridad y derechos legales.



Artivismo

Uso del arte o la expresión creativa, la poesía, el arte callejero, el grafiti, las actuaciones en directo, para comunicar el mensaje de la protesta e impulsar al público a la acción. El artivismo puede llegar a personas que no serían susceptibles a recibir mensajes políticos convencionales. Además, su carácter ambiguo dificulta la censura y la criminalización.



Puerta a puerta

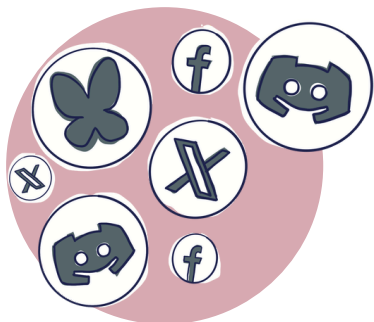
Consiste en informar directa y presencialmente a los miembros de la comunidad para generar conciencia y promover la participación. Este método es especialmente eficaz en comunidades con menos acceso a internet. Permite construir una confianza personal que se puede convertir en compromiso.



Certámenes deportivos

La organización o participación en certámenes deportivos para captar la atención de las comunidades y difundir el mensaje. Las grandes reuniones deportivas atraen a un público que a lo mejor no respondería a llamamientos explícitamente políticos. Además, crean espacios donde hay cabida para la solidaridad, las pancartas, los colores, los cánticos y causan menos sospechas por parte de las autoridades.

Digitales:



Campañas digitales

El uso de las redes sociales, los boletines informativos o plataformas en línea como Discord, Facebook o Bluesky para llegar a públicos locales e internacionales.

Diversificad las plataformas para evitar una dependencia excesiva a un solo canal que pueda ser bloqueado o inhabilitado. Usad hashtags para añadir y amplificar contenido, pero sed conscientes de que también puede facilitar la vigilancia de los participantes.



Webinarios

Sesiones en línea para educar, debatir y movilizar a participantes de manera segura y amplia. Los webinarios pueden llegar a personas más allá de los límites geográficos de una zona concreta y es posible participar en ellos de manera anónima o utilizando pseudónimos. Utilizad plataformas con encriptación de extremo a extremo cuando sea posible y evitad pedir a los participantes que usen su nombre real.



Panfletos

Documentos impresos que dan información clave sobre la protesta, su objetivo y las formas de involucrarse en ella. En contextos restringidos, los materiales impresos no deberían incluir los nombres ni la información de contacto de los organizadores. Valorad el uso de códigos QR que llevan a canales cifrados en vez de imprimir enlaces directos.



Declaraciones de solidaridad y cartas abiertas

Escritos que invitan a organizaciones aliadas, figuras públicas o académicas a firmar declaraciones de apoyo. Estos escritos pueden ser especialmente eficaces para atraer la atención de los medios de comunicación y para provocar presión internacional en contextos de mucho peligro. Así se puede dar a entender que el movimiento tiene aliados que siguen el movimiento y que esos aliados defenderán a los participantes si se les ataca.

Ejercicio 1. Planificación y Movilización

En grupos pequeños leed una de las siguientes situaciones hipotéticas, debatid las preguntas y tomad notas. Dedicad entre 20 y 25 minutos a cada caso. Después, ponedlo en común durante 10 minutos en los que comparéis las estrategias entre los grupos: ¿dónde han coincidido los métodos y dónde los diferentes contextos han llevado a tomar elecciones diferentes?



Caso 1. Protestas por los derechos de los indígenas a las tierras en Honduras

En La Esperanza, una comisión juvenil indígena está preparando una protesta para exigir que se proteja su territorio ancestral de actividades mineras y de la explotación forestal ilegal. Organizar las protestas abiertamente comporta riesgos significativos, dado que las autoridades locales y los agentes de seguridad privada ligados a los intereses empresariales vigilan e intimidan a los activistas.

Los movimientos indígenas de Honduras suceden en un contexto marcado por la impunidad, la discriminación estructural contra las comunidades indígenas y las relaciones superpuestas entre actores económicos, la seguridad privada y las instituciones del Estado. La movilización colectiva es imprescindible para defender las tierras, el territorio y los derechos culturales. Sin embargo, un activismo visible podría exponer a los organizadores y los miembros de la comunidad a la criminalización o a sufrir agresiones o violencia.

Así que la comisión debe pensar en cómo movilizar de manera efectiva a los miembros de la comunidad y, al mismo tiempo, proteger su seguridad y la anonimidad y la sostenibilidad a largo plazo del movimiento. Para ello, deben equilibrar la necesidad de visibilizar la causa con estrategias que reduzcan los riesgos y fortalezcan la protección colectiva.

Preguntas

- Esta comisión actúa en un contexto donde el peligro no solo viene del Estado, sino también de una red formada por agentes privados y del Estado que comparten intereses. ¿Cómo eso afecta en la elección de contactos de apoyo legal, médico o solidario? ¿Y cómo ese contexto cambia la estrategia de comunicación?
- La comisión tiene una red presencial fuerte, pero una estrategia digital limitada. ¿Qué formas de movilización son más adecuadas para ese contexto, y cuáles son los riesgos de cada una de ellas?
- Si los agentes de seguridad privada intentaran intimidar a los participantes o disrumpir la protesta, la comisión no podría dar por sentado que llamar a la policía ayudaría. ¿Qué medidas de contingencia deberían aplicarse? ¿A quién habría que informar antes de la protesta fuera de la comunidad más inmediata?



Caso 2. Defensa de los derechos LGBTQI+ en Egipto

Un pequeño colectivo de defensa de los derechos LGBTQI+ del Cairo está buscando maneras de sensibilizar a la opinión pública acerca de la discriminación y de luchar para conseguir protección legal. La organización de cualquier acción pública conlleva graves riesgos: el "comportamiento homosexual" se criminaliza bajo un amplio marco de leyes de moralidad, y las autoridades han utilizado sistemáticamente plataformas de redes sociales y operaciones en línea encubiertas para identificar y detener a personas LGBTQI+. No solo es peligroso ser identificado como manifestante, también lo es ser identificado como queer. La represión política, el estigma social y la poca financiación limitan significativamente las posibilidades.



Por todo ello, aparte de tener en cuenta la organización, el colectivo tiene que pensar detenidamente si organizar una protesta convencional es una forma de actuar mínimamente viable o apropiada en ese contexto. Si no lo fuera, tendría que buscar alternativas para alcanzar objetivos similares que expusieran menos a los participantes.

Preguntas

- ¿Teniendo en cuenta que los participantes son discriminados no solo por protestar, sino también por su identidad, sería acertado convocar una reunión pública y visible? ¿Qué alternativas, campañas en línea, acciones de solidaridad en otros países, documentación y cobertura puede ayudar a avanzar hacia los mismos objetivos y al mismo tiempo proteger mejor a los participantes?
- Las autoridades egipcias han utilizado plataformas digitales para identificar y detener a personas LGBTQI+. ¿Qué riesgos digitales específicos implica eso para las formas de organización en línea? ¿Cómo podría afrontar la comunicación el colectivo (incluso entre los miembros de confianza)?
- ¿Si el grupo decide llevar a cabo algún tipo de acción, cómo se podría conseguir un consentimiento informado y significativo de los participantes que a lo mejor no entenderían los riesgos legales de lo que estarían a punto de hacer? ¿Quién tiene la responsabilidad de asegurarse de que el consentimiento es real?



RED DE COMPAÑEROS

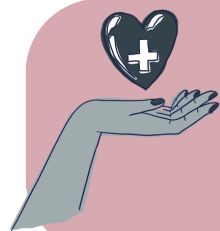
Antes de manifestarse, es imprescindible conocer los recursos disponibles en caso de detención, lesiones o ataques digitales. Esos recursos se tienen que activar de antemano para no tener que buscarlos en medio de una situación crisis. En la práctica, dicha preparación supone imprimir tarjetas de referencia con números de contacto de emergencia para que todos los participantes puedan llevarla; almacenar listas de contactos digitales en un formato cifrado; comprobar previamente los canales de comunicación con compañeros. En situaciones muy peligrosas, también implica acordar momentos para contactar con personas de confianza fuera de la protesta, para que estas den la alarma si el contacto no se produce.



Si en el ámbito local no existe algún tipo de recurso, identificad la alternativa viable más cercana y aseguraos de que todo el equipo tiene esa información. Podría tratarse de un abogado en algún país vecino, un contacto de la diáspora, una línea de atención internacional... Aseguraos de que todo el equipo conoce esa información. Se deberían identificar y confirmar estos tipos de recursos antes de la protesta:



Asistencia legal: Acceso a abogados o asistencia legal para recibir consejo, representación o ayuda urgente si hubiera una detención u algún otro problema legal.



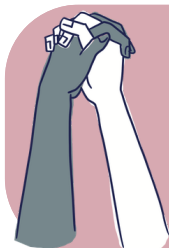
Asistencia médica: Asistencia de primeros auxilios, atención médica de emergencia o servicios sanitarios disponibles. Identificad al menos a una persona competente en primeros auxilios en el equipo, concretad dónde está el hospital o clínica más cercana y tened en cuenta si los participantes tienen alguna afectación médica que requiera alguna atención específica.



Asistencia psicosocial: Acceso a asistencia psicosocial o a servicios de salud mental para lidiar con el trauma o el estrés emocional resultante de la participación en protestas.



Asistencia digital: Ayuda con la ciberseguridad y la protección contra la vigilancia en línea y los ataques digitales selectivos. Existen organizaciones externas que puedes contactar si crees que los dispositivos o redes están perjudicadas.



Asistencia solidaridad internacional: Redes de aliados internacionales que pueden hacer de altavoz para la causa, asesorarla y supervisar el cumplimiento de los derechos humanos desde fuera. CIVICUS, Amnistía Internacional, Human Rights Watch y las coaliciones locales pueden emitir comunicados, aplicar presión diplomática y dar visibilidad cuando se detiene a los participantes.

Ejercicio 2. Red de Compañeros

En grupos pequeños leed uno de los siguientes casos y trazad la red de compañeros. Durante 15-20 minutos, identificad los tipos de asistencia que se necesitan con más urgencia; después, compartidlo con el grupo. En la puesta en común, centraos en los desacuerdos: ¿en qué momentos han acudido los grupos a compañeros diferentes?, ¿cuándo han llegado a conclusiones diferentes sobre los contactos seguros a los que acudir?



Caso 1. Protesta por temas climáticos en Indonesia

Un grupo ciudadanos de Yakarta está planeando manifestarse contra la deforestación y el acaparamiento de tierras que afectan a las comunidades rurales indígenas. El grupo está compuesto por activistas urbanos, periodistas y representantes de las comunidades afectadas. Varios activistas medioambientales han tenido que enfrentarse a cargos penales en los últimos años por organizar protestas contra industrias extractivas. Además, han quitado el permiso a al menos una organización de sociedad civil local que apoya a los defensores de los derechos territoriales. Las autoridades tienden a utilizar retardos administrativos y denegaciones de permisos para impedir protestas y hay indicios de vigilancia de las vías de comunicación.

Preguntas

- Teniendo en cuenta que se han retirado permisos a los grupos de sociedad civil por apoyar el trabajo a favor de los derechos a las tierras, ¿cómo podéis saber a qué compañeros locales es seguro acudir abiertamente y qué relaciones se tienen que trabajar con discreción?
- El grupo quiere que las organizaciones de solidaridad internacional les amplifiquen mensaje. ¿Qué riesgo existe de que una gran atención mediática internacional aumente la presión que sufren los participantes en vez de reducirla? ¿Cómo debería ese balance entre atención y presión moldear la elección de compañeros internacionales y la forma de tratar con ellos?



Caso 2. Protestas a favor de los derechos humanos en Zimbabwe

Unos activistas de Harare están planeando una protesta para pedir el respeto de los derechos humanos y la asunción de responsabilidad política en una época de tensión política intensificada. Las fuerzas de seguridad han utilizado la violencia para dispersar protestas en varias ocasiones y han detenido a varios líderes de la oposición y a personalidades destacadas de la sociedad civil en los últimos meses. El grupo sabe que hubo un informante del gobierno al menos en una de las reuniones organizativas anteriores.

La organización dispone de fondos limitados, no tiene relación con un abogado y no sabe en qué entidades locales puede confiar debido a la infiltración que tuvo lugar en intentos organizativos anteriores.



Preguntas

- El grupo no tiene relación con un abogado y sospecha que ha habido una infiltración en sus redes. ¿Cómo debería identificar un contacto legal de confianza y por qué vías debería acercarse sin avisar a las autoridades o poner en riesgo el contacto?
- El grupo no puede confiar solo en compañeros locales. ¿Qué organizaciones locales o internacionales tienen un historial específico en Zimbabwe y qué pueden aportar de forma realista?
- Si se detiene a varios participantes durante el proceso, ¿cuál es el plan de respuesta paso a paso para las dos primeras horas? ¿A qué compañeros se tiene que avisar de antemano para que ese plan funcione?

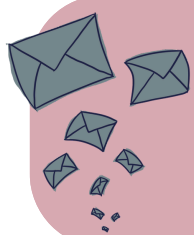


SEGURIDAD DIGITAL

La seguridad digital es un componente básico de la planificación de la protesta en cualquier contexto en el que pueda haber vigilancia. Las herramientas y hábitos descritos aquí se deben implementar antes del comienzo de la protesta, no en el propio día.



Redes sociales y huella digital: Revisad los perfiles de redes sociales y quitad o estableced un acceso privado a cualquier información que os pueda identificar a vosotros mismo o a vuestros compañeros. ObscuraCam (de TheGuardian Project) permite difuminar las caras en las imágenes antes de publicarlas. El día de la protesta, evitad publicar información o ubicación a tiempo real.



Mensajería segura: Instalad y probad aplicaciones de mensajería cifrada. La opción más ampliamente recomendada es Signal, una aplicación que cifra mensajes, llamadas y documentos de extremo a extremo. Habilitad la desaparición de los mensajes para reducir el rastro de los datos. Si Signal está restringido en vuestro país, acceded a la aplicación a través de una VPN.



VPN: Descargad y configurad una VPN de confianza con antelación. Las VPN protegen la ubicación o la actividad de internet y son especialmente importantes en regiones donde suele haber vigilancia y censura. Entre las opciones recomendables están ProtonVPN (con un nivel de servicio gratuito), diseñado para usuarios de países donde el acceso a internet está filtrado o restringido.



Seguridad del dispositivo: Habilitad el cifrado completo del disco duro en todos los dispositivos. Poned contraseñas y pines seguros y evitad identificadores biométricos que la policía pueda obtener. Si tenéis aplicaciones innecesarias que puedan exponer información personal si incautan el dispositivo, eliminadlas o cerrad sesión.



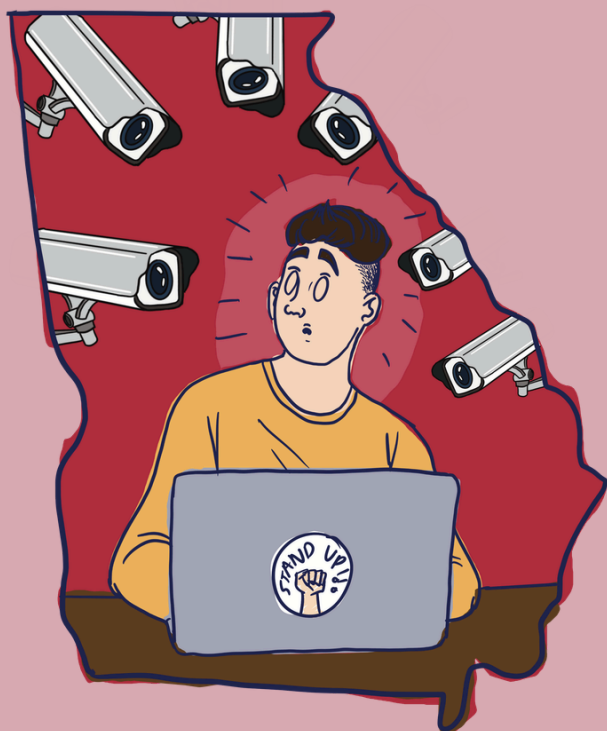
Almacenamiento cifrado: Almacenad documentos sensibles, pruebas e información personal en un almacenamiento digital cifrado. Podéis utilizar opciones como VeraCrypt para archivos y carpetas, y la funcionalidad Note to Self de Signal que almacena rápidamente información sensible. Haced una copia de seguridad de la información importante en una ubicación externa encriptada.



Detección de peligro: Aprended a reconocer intentos de phishing, programas malignos y signos de que un dispositivo está comprometido, como la aparición inesperada de aplicaciones nuevas, el cambio de la configuración e inicios de sesión desconocidos. No abráis enlaces que no hayáis pedido o elementos adjuntados que recibáis de fuentes desconocidas.

Ejercicio 3. Seguridad Digital

En grupos pequeños, identificad todos los riesgos digitales que se describen o sobreentienden en el caso y proponed un plan de seguridad digital. El plan debe tener en cuenta las herramientas de comunicación, prácticas para la seguridad del dispositivo en las redes sociales y un plan de contingencia para un posible bloqueo. Preparándolo durante 20 minutos, después, compartid los planes con el resto de los grupos e identificad lo que os faltaba.



Caso. Protesta contra la "ley de Agentes Extranjeros", Georgia, 2024

Una coalición de sociedad civil de Tiflis está organizando una protesta en la calle contra la "ley de agentes externos", que exige a las organizaciones que reciben más de un 20 por ciento de la financiación del extranjero a registrarse como "defensores de los intereses de una potencia extranjera". Las voces críticas argumentan que la ley, influenciada por la legislación rusa, se utiliza para silenciar a los medios de comunicación independientes y a la sociedad civil. La aprobación de la ley ha provocado una de las mayores protestas de Georgia en años.

La coalición incluye trabajadores de la sociedad civil, estudiantes activistas y periodistas independientes. Los organizadores se han coordinado por un grupo de WhatsApp de más de 80 miembros. Varios participantes trabajan para organizaciones que se verían directamente afectadas por la ley y temen sufrir represalias profesionales si se los identifica en la protesta. Un organizador ya ha recibido mensajes amenazadores anónimos en las redes sociales. Además, según testimonios creíbles, en protestas anteriores las autoridades han rastreado los móviles de los participantes, y han utilizado imágenes y vídeos de las protestas para identificar e interrogar a los participantes.

Preguntas

- La coalición utiliza WhatsApp para coordinarse. ¿Qué riesgos tiene y qué vía de comunicación deberían usar? ¿Cómo podrían gestionar esa transición sin perder participantes?
- A varios miembros les preocupa ser identificados a través de las imágenes y vídeos de la protesta. ¿Qué pasos puede seguir el grupo, antes de la protesta, durante la protesta y después de ella para reducir este peligro?
- Si hay afectaciones en las redes digitales durante la protesta, ¿cuál es el plan de contingencia para mantener el equipo de coordinación conectado internamente y con el resto de los participantes?



COMUNICACIÓN CON LAS AUTORIDADES

En algunos países puede que estéis obligados a informar a las autoridades antes de llevar a cabo una protesta. Se trataría de un proceso de notificación. Es decir, el trámite no es una petición de permiso, sino una comunicación formal para que las autoridades puedan facilitar la seguridad y gestionar el tráfico o el orden público. Sin embargo, puede que las autoridades usen indebidamente este proceso para dificultar, atrasar o anular protestas, y en entornos muy restringidos, el mero hecho de notificarlo puede poner a los organizadores en riesgo. Ese riesgo puede venir de confirmar la identidad ante los servicios de seguridad y puede dar lugar a detenciones preventivas. Antes de seguir los pasos que se detallarán a continuación sopesad los requisitos legales frente al riesgo personal, y pedid ayuda a un contacto legal de confianza de la zona.



Si decidís que avisar a las autoridades es apropiado en vuestro contexto, seguid estos pasos:



Buscad los requisitos locales:

Los requisitos de notificación pueden variar mucho, en algunos países hay que avisar entre 48 y 72 horas antes; en otros, en el mismo día, y también hay sitios donde no es necesario avisar. Informaos sobre la normativa vigente en el país o localidad donde estéis y pedid el formulario de notificación oficial de las autoridades locales.



Pedid asesoramiento legal:

Si en ese contexto es necesario reunirse con las autoridades, preparaos para ello con un asistente jurídico o un profesional del derecho. En países con un espacio cívico muy restringido, involucrad a un profesional de la justicia pro bono desde el principio, idealmente antes de tener cualquier contacto con las autoridades.



Guardad la documentación:

Conservad copias de todos los formularios, comunicaciones y correspondencia y aseguraos de que el equipo de coordinación también tiene copias de dichos documentos. Almacenadlos tanto en formato digital cifrado como en formato físico.



Tened presente qué responder si cuando notificáis la protesta, la deniegan u obstaculizan:

Las autoridades no tienen la potestad de prohibir una reunión con una simple denegación de la notificación o una imposición de condiciones. El intento de hacerlo puede ser una violación de derechos. Documentad la denegación por escrito y consultad al abogado inmediatamente.



DURANTE LA PROTESTA

Protestas Presenciales

QUÉ HACER

- **Tener una actitud pacífica.** Nunca utilizéis la violencia, ni siquiera ante provocaciones. Protegeos a vosotros mismos y a los demás para asegurar la legitimidad de la acción.
- **Seguir la ruta planificada.** Seguid la ruta predeterminada o permaneced donde planeasteis. Así se evitarán riesgos innecesarios, se facilitará la coordinación y las autoridades podrán anticipar los movimientos de manera segura.
- **Conocer vuestros derechos.** Tened presentes vuestros derechos legales, incluido el derecho de reunión y entended las leyes y regulaciones locales para protegeros a vosotros mismos y al resto de participantes.
- **Documentar los sucesos.** Con seguridad, haced un registro de los incidentes mediante fotos, vídeos o notas escritas para tener pruebas de abusos o trasgresiones, pero hacedlo protegiendo vuestra identidad y la del resto.
- **Seguir los protocolos de seguridad.** Utilizad un sistema de compañerismo para cuidaros, manteneos hidratados, haced paradas de salud mental y cumplid con los procedimientos de primeros auxilios y de emergencia para garantizar el bienestar físico y emocional.

QUÉ NO HACER

- **Provocar a la policía o a los contramanifestantes.** Manteneos tranquilos y no os enfrentéis a otras personas para prevenir que la situación escale y para protegeros a vosotros mismos y al resto de personas.
- **Hacer actividades no planificadas.** Seguid las acciones planificadas para mantener la organización, la seguridad y la eficacia de la protesta.
- **Ignorar las órdenes de dispersión.** Seguid las instrucciones legales —al mismo tiempo que conocéis vuestros derechos— y salid de manera segura si es necesario para minimizar daños y prevenir detenciones innecesarias.
- **Resistirse a una detención por la fuerza.** Evitad resistencia física ante una detención, puede escalar el peligro y llevar a consecuencias legales más duras.



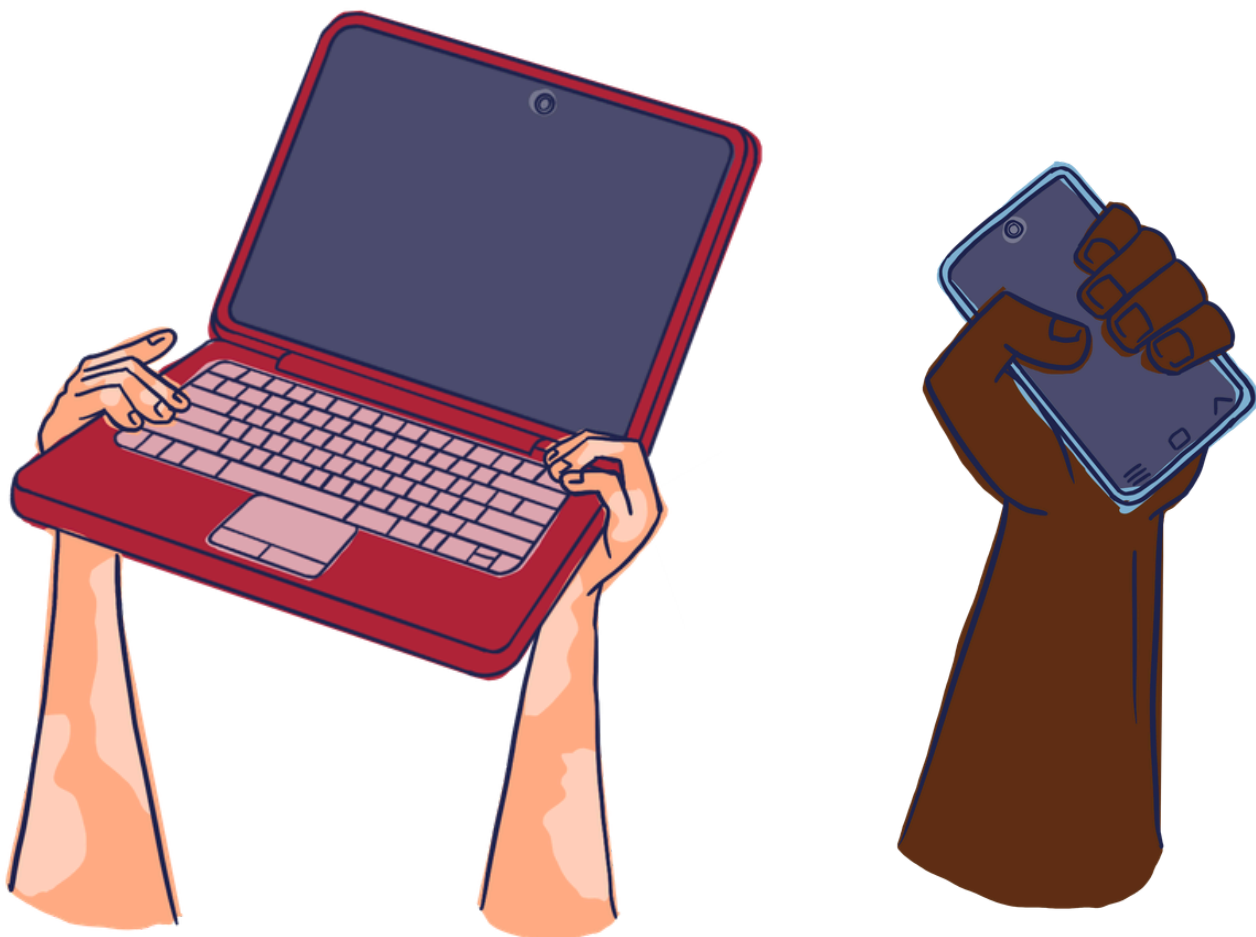
Protestas Digitales

QUÉ HACER

- **Proteger las identidades.** Sopesad la publicación anónima o el uso de pseudónimos para salvaguardar a los organizadores y a los participantes.
- **Confirmar la información.** Compartid solo información precisa para evitar la difusión de desinformación.
- **Supervisar la información.** Preparaos para corregir republicaciones falsas de manera rápida y calmada.

QUÉ NO HACER

- **Compartir información personal públicamente.** Evitad exponer, nombres, direcciones u otro tipo de detalles que puedan poner en riesgo a los participantes.
- **Participar en ciberataques.** Evitad la piratería informática, el *doxing* o cualquier actividad ilegal que pueda miniar la credibilidad de la acción o traer consecuencias legales.
- **Responder a provocaciones.** Evitad discusiones en línea con opositores que puedan escalar el conflicto o comprometer la seguridad.
- **Dar por hecho la privacidad.** Actuat siempre asumiendo que la actividad digital puede ser vigilada por las autoridades o por agentes hostiles.



SEGURIDAD

Todos estos elementos condicionan la seguridad física en una protesta: lo que lleváis con vosotros, la vestimenta, cómo se comunica el grupo y las formas de dar apoyo cuando algo va mal. La seguridad colectiva implica que esos temas no se traten de forma individual, sino como responsabilidades compartidas.

Antes de salir de casa, pensad detenidamente qué llevar y qué dejar atrás. Dejad en casa cualquier elemento que identifique la dirección de casa, con quién os asociáis u objetos que se puedan malinterpretar como armas. Si lleváis un móvil, aseguraos de que está cifrado y que no se puede desbloquear utilizando identificadores biométricos que la policía pueda obtener.

Qué ponerse y qué llevar:

- Poneos capas y ropa que no impida el movimiento. Evitadropa con logotipos identificables, eslóganes o elementos que os hagan fácilmente reconocibles en fotografías o vídeos.
- Llevad agua (para hidrataros y aclarar el gas lacrimógeno de los ojos y piel), crema de sol y medicación, en caso de necesitarla.
- Llevad copias del formulario de notificación, de contactos de emergencia e información sanitaria útil para la acción. Escribid números de teléfono clave en el brazo con un rotulador permanente; no dependáis solo de un teléfono bloqueado.
- Si hay probabilidad de que usen gas lacrimógeno, llevad gafas de nadar (no solo gafas de sol), una mascarilla de al menos una calificación de N95, una botella de agua pequeña y una solución salina.
- No llevéis nada que la policía pueda malinterpretar como un arma.

Qué hacer como equipo:

- Recorred la ruta de la manifestación o id al lugar de la concentración antes de la protesta. Identificad puntos de entrada y salida seguros, servicios públicos y peligros potenciales. Acordad una palabra clave para comunicar que hace falta dispersarse y determinad un lugar para volver a encontraros tras la dispersión. Todos los participantes deben tener esta información, pero no la mencionéis en las comunicaciones previas a la protesta.
- Designad un contacto externo, alguien que no esté físicamente en la protesta, que supervise la comunicación y coordine la ayuda desde fuera. Esa persona debe tener el número de asistencia legal, el contacto médico y la lista de todos los participantes.
- Agrupad a los participantes en parejas o grupos reducidos para que se cuiden entre ellos, para mantener la moral y dar asistencia inmediata si alguien está en peligro (sistema de compañerismo). Cada pareja necesita un plan compartido: dónde se encontrarán si se separan, a quién llamarán si ocurre una emergencia y cuándo irse juntos. Nunca dejéis atrás a



Primeros Auxilios

Esta guía no es un sustituto de la formación de una persona cualificada para prestar primeros auxilios, sino que puede servir de complemento. En toda acción de protesta al menos tiene que haber una persona cualificada en primeros auxilios.



Cuando hace calor fíjate si las personas presentan estos síntomas: piel pálida y sudorosa, mareos y náuseas. Si los detectas, mueve a la persona a la sombra, dale agua y afloja la ropa apretada. Si en 30 minutos los síntomas no mejoran o la persona pierde la consciencia, pide ayuda médica de emergencia.



Si se usa gas lacrimógeno, desplázate inmediatamente en dirección contraria al viento y lejos de la fuente del gas. No te frotes los ojos. Acláralos con agua limpia y abundante. Una solución salina proporciona un alivio más eficaz en los ojos, si disponéis de ella. Quítate la ropa contaminada y métela en una bolsa cuanto antes.



Trata las heridas de balas de goma como lo harías con un traumatismo. No intentes retirar ningún objeto incrustado, estabiliza a la persona y pide asistencia médica profesional inmediatamente. Documenta la herida para la rendición de cuentas.



Pide ayuda médica profesional para toda herida o lesión después de la protesta, incluidas las que parezcan menores. En algunas heridas causadas por armas antidisturbios, el nivel de gravedad de la herida no se ve inmediatamente a simple vista.



Ejercicio 4. Seguridad Física, Simulación de Crisis

En grupos pequeños, leed el caso de abajo. Designad una persona que tome notas y otra para que presente lo que acordéis ante el grupo completo. Tenéis 25 minutos para desarrollar un plan de respuesta concreto. Nombrad los roles, las herramientas y las acciones específicas, no solo los principios.



Caso. Protesta por el coste de vida en Uganda

Un grupo de ciudadanos de unos 40 activistas ha organizado una protesta pacífica en el centro de Kampala para exigir la asunción de responsabilidades por el creciente coste de vida. El grupo ha notificado a las autoridades de antemano y ha designado gestores de multitudes y un encargado de la documentación. Tienen un contacto legal preestablecido, un abogado local que no asistirá a la protesta, pero no tienen asistencia médica especializada excepto una persona competente en primeros auxilios del grupo.

A pesar de la notificación, llega un grupo numeroso de policías poco después de que la protesta comenzara y declara ilegal la protesta. Utilizan gas lacrimógeno y disparan con munición real hacia el grupo de manifestantes, una táctica que las fuerzas de seguridad de Uganda han utilizado en numerosas ocasiones. Varios participantes resultan heridos.

La respuesta policial causa pánico entre los participantes y se dispersan por muchas calles. Detienen al menos a cuatro personas y no se conoce el paradero de los detenidos. Incautan el teléfono del encargado de comunicación. Las redes móviles son intermitentes y es posible que la interrupción sea intencionada. Se han puesto en contacto con el abogado, pero aún no ha respondido. Los gestores de multitudes intentan reagrupar a los participantes, pero están dispersos y algunos de ellos han resultado heridos.

Preguntas

- Las redes de comunicación son inestables y el teléfono del encargado de comunicación ha sido incautado. ¿Cómo se puede coordinar el grupo diseminado en los próximos 30 minutos? Responded a esta pregunta empleando solamente las herramientas y los planes de contingencia que se hayan podido preparar de antemano de manera realista.
- Han arrestado a cuatro personas y no se sabe dónde se encuentran. El abogado aún no ha respondido. ¿Qué pasos hay que seguir inmediatamente para localizarlos y quién da cada paso? Tened en cuenta que algunos de los miembros del equipo están heridos y otros aún intentan llegar a un lugar seguro.
- El grupo no tiene asistencia médica especializada y algunos pacientes están heridos. ¿Cómo pueden responder? ¿En ese contexto, en qué punto implica un riesgo la búsqueda de asistencia médica?



BIENESTAR

El bienestar de los participantes de la protesta es el elemento que sostiene los movimientos a lo largo del tiempo. Los movimientos que descuidan la salud emocional y física de sus miembros acaban perdiendo participantes. En esta sección se tratarán prácticas de bienestar para aplicarlas en el momento de la acción. Para obtener información sobre la recuperación tras la protesta y el cuidado colectivo, véase la sección "Después de la protesta".

Las respuestas provocadas por el estrés y el trauma son reacciones normales en situaciones peligrosas o de mucha presión. Entre las respuestas comunes están la hipervigilancia, la disociación, el entumecimiento, la irritabilidad y la dificultad para concentrarse, junto con síntomas físicos como la hiperventilación o los temblores. Reconocer esos signos en vosotros mismos y en los demás es el primer paso para responder a ellos.

- Comprobad frecuentemente cómo están los participantes. Buscad signos de que alguien está abrumado (que esté distante, en silencio, en una postura rígida, disociado) y si los detectáis, ofrecedle agua, sombra e ir a un lugar más tranquilo lejos de la multitud.
- Haced descansos cuando lo necesitéis. Quedaos en el perímetro del grupo y decid al compañero dónde estáis.
- Si os sentís abrumados, usad la técnica de anclaje del cuadro inferior antes de decidir si necesitáis dar otro paso atrás.
- Si un participante está teniendo una respuesta de mucha ansiedad o si no es capaz de continuar de manera segura, debería alejarse con su compañero, en ningún caso solo. Avisad al encargado de seguridad, si es seguro hacerlo.

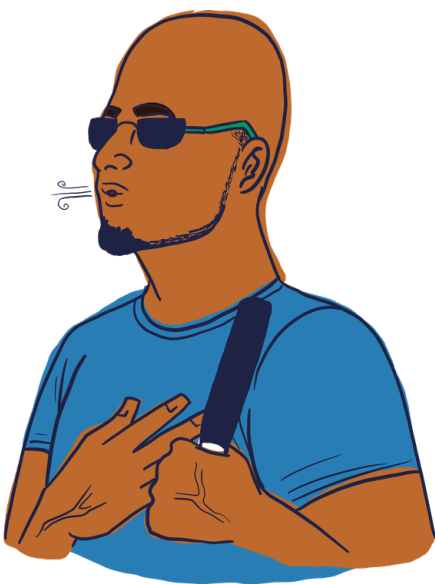


Técnica de Anclaje 5-4-3-2-1

Si te sientes ansioso o abrumado, esta técnica puede ayudarte a regular el sistema nervioso mediante el anclaje de la atención a la realidad física inmediata. Repasa lo que perciben todos los sentidos de uno en uno:

- **identifica 5 cosas que puedes ver**
- **identifica 4 cosas que puedes tocar**
- **identifica 3 cosas que puedes oír**
- **identifica 2 cosas que puedes oler**
- **identifica 1 cosa que puedes saborear**

Tómate tu tiempo en cada paso. La técnica funciona mejor cuando se hace lento y de manera intencionada.



PROTOCOLOS DE DOCUMENTACIÓN

El encargado de la documentación se tiene que informar y proveer de lo necesario antes del día de la protesta y todo el equipo de coordinación tiene que entender los protocolos de antemano. Designad un suplente que pueda tomar rol de documentación si detienen al encargado o lo separan del grupo, y aseguraos de que esa persona está tan informada como el encargado.

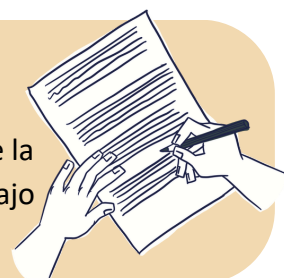
1

Elegid y probad las herramientas: Descargad y probad una aplicación de documentación antes de la protesta. Confirmad que la creación automática de copias de seguridad funciona. Confirmad también que la copia de seguridad está guardada en un lugar seguro al que puede acceder más de una persona. WITNESS Media Lab y Citizen Evidence Lab de Amnistía Internacional asesoran sobre la elección y el uso seguro y efectivo de herramientas de documentación.



2

Acordad qué documentar: Definid de antemano qué se considera un incidente documentable, por ejemplo, el uso de la fuerza, órdenes ilegales, detenciones, lesiones, amenazas y vigilancia. El encargado de la documentación no debería tomar estas decisiones en tiempo real y bajo presión.



3

Estableced el sistema de copias de seguridad y almacenamiento: Decidid dónde almacenar lo que se documente, quién debe tener acceso a ello y cómo se transferirá de manera segura después de la protesta. Quitadlos metadatos de los archivos antes de almacenarlos o compartirlos para evitar exponer la ubicación de los participantes o la información de sus dispositivos. Acordad convenciones para denominar archivos para que los registros se puedan organizar y comparar con facilidad.



4

Decidid qué se compartirá de forma pública y cuándo: El material sin editar no se debe publicar de forma abierta antes de que el equipo legal lo revise. Acordad de antemano quién decide publicar el material y a través de qué vías se hará.





DESPUÉS DE LA PROTESTA

La protesta no termina con la dispersión de los participantes. Las horas inmediatamente posteriores a la acción suelen ser las más decisivas: para los detenidos, las intervenciones legales más eficaces tienen lugar en las primeras horas después de la detención; para los heridos, los retrasos en la asistencia comportan riesgos reales; y la documentación se deteriora rápidamente si no se almacena en un lugar seguro. En esta sección, primero, se tratan las prioridades inmediatas de después de las protestas, a continuación, se habla del trabajo más largo de rendición de cuentas, del cuidado colectivo y de la sostenibilidad del movimiento.

PASOS INMEDIATOS (EN LAS 24 HORAS POSTERIORES)

En las horas que siguen inmediatamente a la protesta, el equipo de coordinación debe trabajar tres prioridades en este orden: la comprobación de los participantes, la respuesta a detenciones y heridos, y el almacenamiento seguro de la documentación antes de que se pierda.



Comprobación de todos los participantes

Utilizad el sistema de compañerismo para confirmar que todos los participantes se han dispersado de forma segura. Si falta algún participante, avisad al equipo legal de inmediato porque pueden haberlos detenido sin que lo sepáis. El silencio es una señal de que algo va mal.

Respuesta a detenciones

Reagrupaos lo más rápido posible y estableced lo siguiente:

- ¿A cuántas personas han detenido?
- ¿En qué comisaría o centro de reclusión están?
- ¿Les han imputado algún delito? Y en caso de que lo hayan hecho, ¿cuál?
- ¿Han podido contactar un abogado?

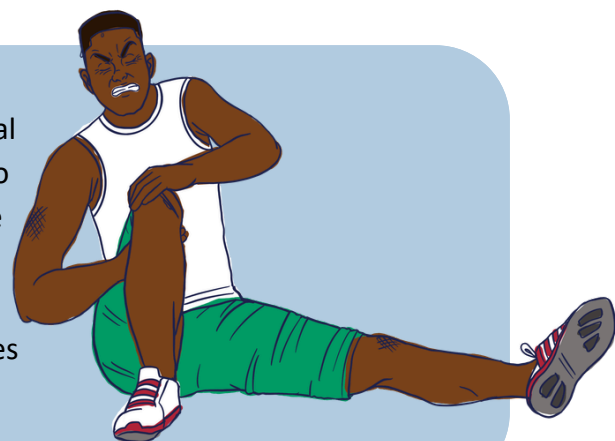


Compartid esta información con el contacto de asistencia legal en cuanto consigáis esa información; no esperéis a que todo esté confirmado para llamar. Los equipos legales pueden intervenir de manera más eficaz en las primeras horas de una detención, antes de que se formalicen los delitos o empeoren las condiciones de detención.

Mantened el contacto con las familias de los participantes detenidos y tenedlas informadas. Para las familias la incertidumbre es uno de los aspectos más angustiantes de una detención, así que incluso un mensaje breve confirmando el paradero de la persona y que se le ha enviado apoyo legal resulta significativo.

Respuesta a los heridos

Comprobad si hay heridos o personas que se encuentran mal y priorizad a quienes necesiten atención médica urgente. No dejéis solos a los heridos, quedaos con la persona hasta que reciban atención profesional. Si ya identificasteis contactos médicos durante la fase de planificación —trabajadores sanitarios comunitarios, profesionales médicos simpatizantes o médicos de campaña—, activad ese recurso ahora si la asistencia formal resulta peligrosa en ese contexto.



SIGUIENTES PASOS: RENDICIÓN DE CUENTAS Y SOSTENIBILIDAD

El trabajo posterior a la protesta más largo es el de estos ámbitos: la demanda de responsabilidades por lo sucedido, el mantenimiento del bienestar de los implicados y el sostenimiento del vigor y la coherencia del movimiento. Cada uno de ellos se trata en estas secciones:



Documentación de trasgresiones

La documentación es tanto un acto de solidaridad como una herramienta legal. Muestra a los participantes detenidos o heridos que sus experiencias han sido vistas y que no caerán en el olvido. También puede servir para crear un registro histórico, ayudar en procedimientos judiciales para hacer rendir cuentas a los autores y las instituciones, y para detener futuros abusos.

El ejercicio de documentación de incidentes de esta sección proporciona un marco de trabajo. Por cada incidente significativo, uso de la fuerza, detención ilegal, vigilancia, amenaza o cualquier potencial violación de derechos, haced un registro escrito que incluya lo siguiente:

- **Fecha, hora y ubicación precisa**
- **Nombres o descripciones de todas las partes involucradas, incluidos los policías cuando estén uniformados (números de placa, insignias de las unidades, matrículas)**
- **Una descripción limitada a los hechos de lo ocurrido en orden cronológico**
- **Nombres y detalles de contacto de los testigos que den permiso para que los identifiquen**
- **Pruebas en forma de fotos o vídeos, con el nombre del documento y el lugar de almacenamiento anotado**
- **Cualquier herida o daño, con documentación que lo respalda**

Usad un formato consistente a lo largo de todos los informes para que los incidentes se puedan comparar, juntar y enviar a los órganos de rendición de cuentas de manera coherente. Mantened intactos todos los documentos originales. No editéis ni comprimáis imágenes y vídeos antes de compartirlas con el equipo legal.

Ejercicio 6. Documentación de un Incidente

En grupos reducidos, usad la tabla de abajo para documentar un incidente ficticio: una dispersión policial de una protesta pacífica, una detención ilegal o una lesión causada por armas antidisturbios. Rellenad todos los apartados con la mayor precisión posible; las respuestas vagas como "vigilancia" o "al lado de la plaza" no sirven como pruebas. En contextos de alto riesgo, no guardéis este registro en un dispositivo sin cifrado, transferidlo inmediatamente a una aplicación de notas segura o a un lugar de almacenamiento cifrado.



Cuando hayáis acabado, intercambiaos las tablas con otro grupo y revisad los registros del otro grupo con esta lista de control: ¿Tiene todos los apartados que se pedían? ¿La información es suficientemente específica para utilizarla en una demanda legal? ¿Qué información falta o qué información es demasiado vaga para ser útil?

Después, debatid lo siguiente en grupo:

- ¿Por qué algunos apartados han resultado difíciles de rellenar? ¿Qué se podría haber preparado de antemano para facilitar rellenarlos bajo presión?
- ¿Qué miembro de vuestro grupo sería responsable de completar este informe durante una protesta real y qué pasaría con dicha responsabilidad si detuvieran o separaran del grupo a esa persona?

FECHA Y HORA					
UBICACIÓN PRECISA DESCRIPCIÓN					
DESCRIPCIÓN DEL INCIDENTE (EN ORDEN CRONOLÓGICO)					
PARTES IMPLICADAS					
TESTIGOS (QUE DAN CONSENTIMIENTO)					
LESIONES Y TRATAMIENTO					
PRUEBAS (NOMBRES DE ARCHIVOS Y ALMACENAMIENTO)					
DENUNCIADO A					

Denuncia de Trasgresiones

Documentar una trasgresión es solo el primer paso, también se tiene que hacer algo con esa documentación. Los canales de denuncia dependen del contexto: la gravedad de la trasgresión, el nivel de confianza en las instituciones nacionales y los recursos que vuestro equipo pueda movilizar. Los canales que se listan a continuación no se excluyen mutuamente, combinarlos es muchas veces más eficaz que usar un único canal. Coordinaos siempre con el equipo legal antes de hacer públicas las pruebas o de identificar públicamente la información y priorizad la seguridad.

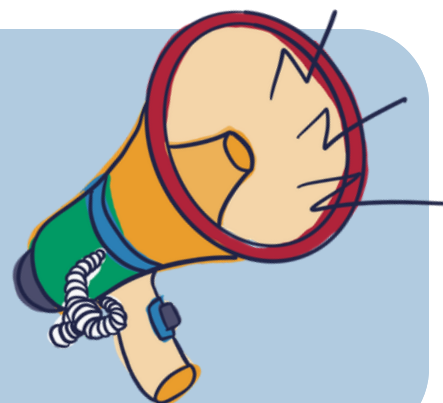


Mecanismos dentro del Estado

Si resulta seguro, podéis denunciar un incidente en una comisaría o a un organismo interno de quejas contra la policía. Antes de hacerlo, consultadlo con un abogado o con la organización legal de confianza: en algunos contextos, las denuncias formales pueden exponer a los denunciantes a acoso o contraacusaciones. Compartid las pruebas con cuidado y evitad publicarlas abiertamente hasta que el equipo legal os aconseje sobre qué publicar según la seguridad y la utilidad estratégica.

Supervisión de la sociedad civil

Enviar las trasgresiones documentadas a organizaciones de sociedad civil que recopilan pruebas y emiten informes públicos contribuye al registro acumulativo que puede contribuir en futuras acciones legales o diplomáticas, incluso cuando no es posible conseguir la rendición de cuentas inmediata. En muchos contextos, esta es la vía más realista para la mayoría de las trasgresiones.



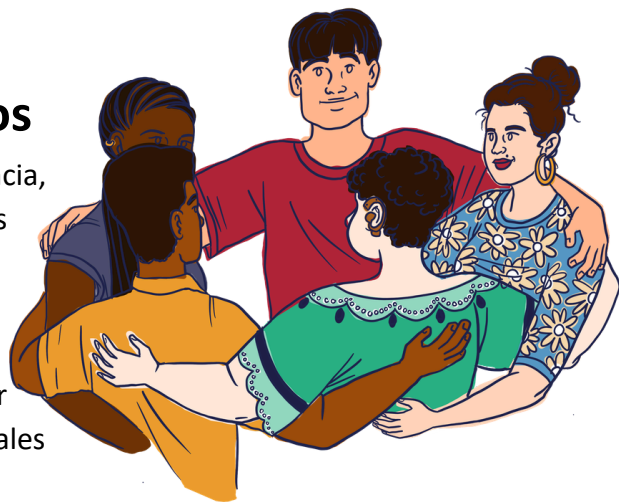
Interacción con los medios de comunicación

Es posible crear presión para que se asuman responsabilidades mediante la exposición pública por haber compartido documentación a periodistas de confianza. A través del encargado de comunicación, emitid un comunicado posterior a la protesta que resuma los incidentes claves, que mencione las trasgresiones documentadas y repita las peticiones del movimiento.



La Práctica de los Cuidados Colectivos

La participación en protestas, sobre todo si en ellas hay violencia, detenciones u ocurren hechos traumáticos, plantea exigencias significativas para las personas y comunidades. Así que el sustento del movimiento a lo largo del tiempo yace en normalización del cuidado y la recuperación como parte de la cultura de la protesta. Los siguientes pasos no se deben tomar como suplementos opcionales sino como componentes centrales de la coordinación que sigue a la protesta.



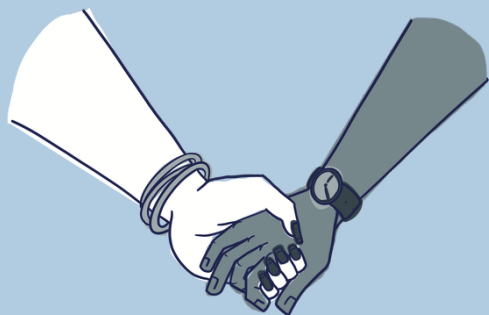
Reagrupación y comprobación del bienestar

Reagrupaos tras la protesta para comprobar si todos los participantes están bien. Comprueba a solas cómo están los participantes que han vivido momentos especialmente difíciles como incidentes casi violentos, detenciones o haber visto lesiones. El contacto individual muestra que a un colectivo le importan los miembros en calidad de personas, no solo como recursos para el movimiento.



Sesión para que los participantes den el parte

Organizad sesiones para dar el parte en un lugar seguro, sea en línea o presencialmente. Cread un espacio para que las personas puedan compartir cómo se sienten, que han observado y que harían de manera diferente. Escuchad las experiencias difíciles sin minimizarlas. Si los participantes tienen síntomas persistentes de haber vivido un trauma —recuerdos intrusivos, pesadillas, hipervigilancia o entumecimiento emocional— animadlos a buscar apoyo profesional.



El cuidado de los cuidadores

Las personas con roles de coordinación, sobre todo el encargado de seguridad, son con frecuencia los últimos en atender a su propio bienestar. Aseguraos de que las personas que asumen roles de mucha responsabilidad reciben el apoyo activo de los demás miembros del grupo. No hay que esperar de ellos que carguen solos con el peso emocional de la acción. Id rotando los roles exigentes entre los miembros a medida de lo posible.

Afirmación del esfuerzo a largo plazo

Uno de los riesgos más comunes de los movimientos sociales y también uno de los que pasa más desapercibido es el desgaste. Para preservar la capacidad de volver a actuar resulta útil reconocer lo que se ha conseguido, nombrar las dificultades y reconocer la contribución de todos los participantes.



Protección del Movimiento

Los agentes del estado han empleado históricamente la infiltración, la desinformación y la división estratégica para neutralizar movimientos sociales eficaces. La cooptación por parte de partidos políticos, ONG o actores de los medios de comunicación con objetivos enfrentados resulta de la misma manera una amenaza grave. Así que protección de la integridad del movimiento es clave para que tenga fuerza a largo plazo.

Las formas de protección más eficaces son las estructurales. Resulta significativamente más difícil infiltrarse o redirigir movimientos con procesos de toma de decisiones transparentes, un liderazgo distribuido y protocolos de comunicación clara que aquellos que se construyen en torno a la autoridad personal y los acuerdos informales.

Más allá de la estructura, estad alerta a tácticas específicas. Los agentes provocadores pueden intentar incitar violencia para justificar medidas severas o desacreditar el movimiento públicamente. También pueden sembrar la desinformación dentro de las redes de participantes para causar confusión o conflicto interno. Ser consciente de esas tácticas, sin caer en la paranoia, permite al grupo reconocerlas y nombrarlas cuando ocurren.





**Toda acción,
no importa lo
pequeña que sea,
contribuye a
un camino más largo:
el camino de la
justicia.**





CIVICUS

Sudáfrica

25 Owl Street, 6th Floor,
Johannesburgo, 2092, Sudáfrica

Web: [www .civicus.org](http://www.civicus.org)

Correo Electrónico: info@civicus.org

Suiza

11 Avenue de la Paix, CH-1202, Ginebra
Tel: +41(0)22 733 3435

Publicado en junio del 2026 por
CIVICUS,
Johannesburgo, Sudáfrica.

Estados Unidos

355 Lexington Ave, Nueva York, NY
10017, Estados Unidos

Licencia pública internacional Creative
Commons Atribución-NoComercial-
SinDerivadas 4.0.

[http://creativecommons.org/licenses/b
y-nc-nd/4.0/legalcode](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode)

Descargo de responsabilidad:

Las opiniones expresadas en esta publicación son las del autor y no reflejan necesariamente las de CIVICUS. Las designaciones geográficas y de materiales en este informe no implican la expresión de opinión alguna por parte de CIVICUS sobre la situación jurídica de ningún país, territorio o área, ni sobre la delimitación de sus fronteras o límites.